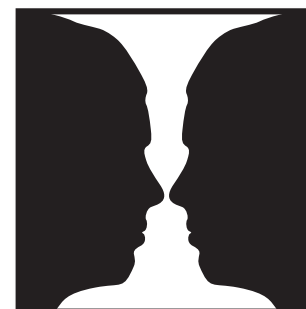


Coaching psykologi

www.coachingpsykologi.org

<http://dx.doi.org/10.5278/ojs.cp.v3i1.661>



Håndgribelige Samtaler Introduktion til et systemisk/narrativt Coaching KIT

Af Trine Paludan & Niels-Henrik Sørensen

Abstract

Artiklen introducerer læseren til '3D coaching', en metode inspireret fra designverden som anvender fysiske og visuelle materialer til at styrke coachingsamtaler ved at gøre dem konkrete og håndgribelige. Teoretisk introduceres begreberne dobbelt-eksternalisering og dobbelt-kontingens som er artiklens teoretiske bidrag indenfor særlig det narrative og systemiske teorifelt.

Keywords: 3D Coaching, design, narrativ og systemisk teori, eksternalisering.



Denne artikel introducerer et *Coaching KIT* til brug for systemiske og narrative coaching samtaler. Med Coaching KIT'et introduceres samtidig et fænomen, som vi kalder for 3D coaching, en coachingmetodik som henter sin inspiration fra designfeltet og co-design traditionen.

Artiklen har både et teoretisk og et praktisk sigte. Via en case fører vi læseren ind i vores erfaringer og refleksioner med, hvad 3D coaching og Coaching KIT'et kan tilbyde såvel fokuspersonen og dynamikken i coachingsamtaler. Vi præsenterer på baggrund heraf en ny forståelse af to begreber som er centrale for det systemiske og narrative teorifelt, nemlig begreberne 'dobbelt-eksternalisering' (Art Fischer, København 2007, Montreal 2010) og 'dobbelt kontingens'.

The Danish Journal of Coaching Psychology is a joint project of the Coaching Psychology research Unit, Dept. of Communication and Psychology at Aalborg University and the Coaching Psychology Unit, Dept. of Exercise and Sports Science, University of Copenhagen. This document is subject to copyright and may not be reproduced in whole or part in any medium without written permission from the publishers.

Med dobbelt kontingens forstår vi en mange-dobbelthed af mulige modale indgange til læring og forandring, som fokuspersionen i 3D coachingens univers tilbydes i kraft af en samtidighed af tale- og tankemæssige, visuelle, kinæstetiske og rumlige koblingspunkter. Alle disse indgange udgør mulige "baner" eller "stier" for erkendelsens bevægelse, og er samtidig forskelligartede virkemidler som coachen med fordel kan bringe i spil med blik for fokuspersionens fortsatte bevægelse (Tomm 1992a og b).

Coaching KIT og ideen bag

Vi kommer som forfattere til denne artikel fra forskellige faglige traditioner. Trine med erfaringer fra design-antropologi, organisationsudvikling og coaching. Niels-Henrik fra organisationspsykologien og narrativ terapi. Artiklen er opstået som et møde mellem Trines udvikling af og arbejde med Coaching KIT'et og Niels-Henriks teoretiske interesse og egne afprøvninger af KIT'et. Artiklen er resultatet af vores fælles refleksioner og nysgerrighed på at videreudvikle og udvide forståelsen af sammenhængene mellem praksis og teori og er et ønske om at dele vores erfaringer og tanker med andre praktiskere og forskere i det danske coaching community.

Ideen til at skabe et Coaching KIT kommer fra designfeltet. Designerens virke med at skabe ting (møbler, kjoler, biler) er ligesom arkitektens virke med at skabe bygninger et virke som handler om at omsætte ideer og tankestof til fysiske virkeligheder i verden. Ideerne får fysisk form, tankestof udtrykkes materielt (Foverskov & Dam, 2010). Denne proces, som kan siges at være hjertet i design- og arkitektfagene omtales som *formgivningsprocessen* – at sætte former i verden. Arbejdet med at udvikle Coaching KIT'et begyndte med en undren og en nysgerrighed: tænk nu hvis coaches lod sig inspirere af designeres arbejdsmetoder? Kunne ikke også coachingsamtalen være en formgivningsproces, hvor tanker, følelser og mentale mønstre hos fokuspersionen fik fysiske og konkrete udtryk og blev gjort visuelle og taktile? Kunne vi så skabe stærkere og tydeligere coachingsamtaler?

Fra CO-DESIGN til coaching

Coaching KIT'et henter endvidere inspiration fra CO-DESIGN traditionen. Her giver designeren slip på eneretten til formgivningsakten og lader de mennesker, som det nye design berører, blive medskabere, med-designere (Halse (Eds.) 2010; Binder

(Eds.) 2008). Eksempelvis kan patienter, sygeplejersker og ambulanceførere indbydes til at designe deres bud på, hvordan en ny skadestue skal se ud. I disse såkaldte *explorative design processer udforsker man i fællesskab*, samtidig med at man designer, med simple materialer som pap og ler. Kunne ideen om *den fælles udforskning ved hjælp af fysiske materialer* overføres til coaching samtaler, hvor coachen og fokuspersionen sammen udforsker fokuspersionens verden, ved hjælp af simple materialer i et Coaching KIT?

Et "KIT" kan her defineres, som "any collection of items or components needed for a specific purpose, especially for use by a workman"¹.

Ønsket var at Coaching KIT'et skulle være en slags 'coachens jordmodertasker', altid pakket og parat til at forløse samtaler med forskellige mennesker og deres udfordringer.

Men hvis KIT'et eller jordmodertasken skulle kunne forløse netop systemiske og narrative coaching samtaler, hvad skulle den da rumme af værktøjer og materialer?

Ideen med Coaching KIT'et var bl.a. at coach og fokuspersion sammen skulle kunne skabe **dynamiske landskaber af relationer og temaer** i form af **små scenarier**:

'Blikket rettes mod hele systemet, mod den cirkulære måde, [individer], organisationer eller familier skaber og vedligeholder problemer på. Væk fra individet som ejer af problemer og hen imod relationer som opretholder af meningsfulde, men muligvis problemfyldte samspil. Væk fra menneskers indre liv til den adfærd, som finder sted imellem mennesker' (Jacob Mosgaard s. 10 i 'Uærbødighed og Fordomme', Ceechin, Lane og Ray, 2012).

KIT'et skulle også kunne indfri et af den narrative traditions kongegreb og grundholdninger, eksternaliseringen, helt konkret og fysisk². For at indfri disse ambitioner er følgende enkle materialer blevet fremstillet til at indgå i det systemiske/narrative 'Coaching KIT', som vi præsenterer i denne artikel:

Materialerne er valgt ud fra et princip om simpelhed. De er ikke prægnante af betydning i sig selv, men tjener til at kunne skabe et meningsfuldt landskab for fokuspersionen, levendegjort af fokuspersionens egne betydninger. Figurerne har for



Foto1

Materialerne i Coaching KIT'et

- Trædukker i forskellige
- Farver (foto 1)
- 3 hvide skumplader³
- Tuscher i forskellige farver
- Post-it notes i forskellige farver og størrelser

eksempel ikke ansigter eller fortrykte identiteter (som 'gammel', 'ung', 'leder', 'ansat'). De skal være neutrale i deres udtryk og dermed i stand til at gribe og udtrykke netop dét som er på spil hos den enkelte fokusperson⁴.

Nu til det egentlige. Vi vil illustrere Coaching KIT'ets mulighedsrum og potentiale ved at gå i dybden med en case.

Case Projektlederen i tvivl med sig selv

Simone⁵ er midt i trediverne. Hun kommer til første samtale hos Trine (som er coachen i denne samtale og herefter refereres til som 'C') og går hurtigt i gang. Hun fortæller, at hun har siddet og tudet hos sin kæreste det meste af weekenden. Det er tale om en arbejdsmæssig konflikt, som er gået i hårdknude. Simone er ansat i en region som projektleder for et større udviklingsprojekt mellem regionen, en ekspertgruppe af forskellige specialister og eksperterne, samt en række virksomheder. Projektet nærmer sig sin afslutning, skal afrapporteres og derfor havde Simone i sidste uge et møde med ekspertgruppen.

"– Og det gik helt galt. Jeg understregede, måske lidt for skarpt, at den måtte være borgervenlig i sin form, dvs. at man rent

faktisk kan forstå hvad der står i rapporten, og hvad projektet har bidraget med for de berørte borgere. Og at jeg gerne løbende ville se hvad, og særlig hvordan, de skrev. Jeg har jo læst andre af deres tekster, nogen af dem kan man simpelt-hen ikke forstå.

Så blev de meget ophidsede og mente at jeg, og regionen, forsøgte at undertrykke deres ytringsfrihed, og gøre deres indsigter firkantede, at de hverken kunne eller ville formulere sig i sådan et sprog osv. Skulle det være på dén måde, ville de gå til regionens direktion, bede om dispensation, så kunne vi færdigformidle projektet, uden deres medvirken".

Simone er meget frustreret, og føler sig klemmt fra alle sider. Hun skal promovere projektets resultater opad til regionens direktion og ud af til omverdenen. Samtidig er projektets omdømme tæt forbundet, synes hun, med hendes egen indsats som projektleder, hendes selvtillid og hendes arbejdsmuligheder efter projektet. Hun vil gerne have 'veje frem', ideer til hvordan hun går videre, både i forholdet til ekspertgruppen og i relation til hvordan hun skal gribe det an nu i forhold til regionens direktion.

Coachen spørger her om tilladelse til at inddrage Coaching KITet:

– "Jeg tror det kunne være nyttigt at forsøge at illustrere situationen vha. de her små figurer (viser hende dem) har du lyst til at prøve det? (hun indvilliger) Hvilken farve skal være dig?"

Sammen skabes nu, hvad vi her vil kalde 'scenarie 1'.

Scenarie 1: Simone og ekspertgruppen

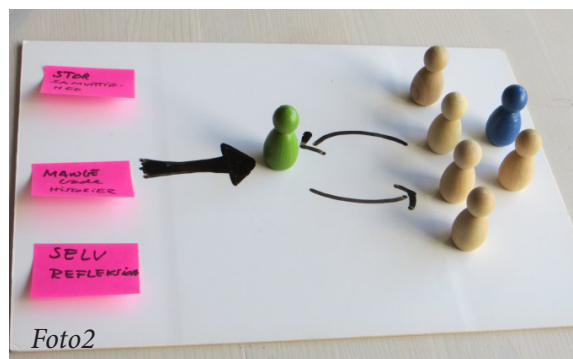


Foto2

På en hvid skumplade stilles nu "Simone", som vælger at være en grøn figur, overfor en flok af eksperter, som hun vælger skal være ensfarvede træ-figurer. Med udgangspunkt i narrativ metodes grundantagelse af mennesket som et intentionelt og meningsskabende væsen (White 1989, 2008), samt betydningen af at få navngivet intentioner og værdier (Ibid.), navngiver vi hendes vigtigste intentioner og værdier og skriver dem på lyserøde post-its. Vi placerer dem bagved Simones figur med en tyk pil hen til hendes figur. På lapperne står 'stor samvittighed', 'mange fine historier' 'selvrefleksion' – ord som Simone bragte frem under vores indledende samtale (se foto 2).

Coachen vælger nu at skabe en samtale-kontekst af refleksion over det opstillede scenarie.

C: - "Tror du, at de andre kan se dine intentioner? Ved de, at de er der og hvordan de ser ud?"

Simone tænker lidt:

- "Jeg har jo slet ikke rigtig fået kommunikeret til dem, hvor stolt jeg er over det her projekt, og hvor stærkt mit ønske er, om at bringe projektets historier ud til verden. Det er jo faktisk derfor jeg er så optaget af den formidling.

C: - "Kan du kommunikere det til dem?"

Simone: - "Det kan jeg!"

Hun får en række ideer, som bl.a. handler om at melde klart ud til eksperterne, hvad hendes gode intentioner er, hendes stolthed og glæde over de små succeser og de berørte borgers entusiasme. Vi skriver dem ned på store gule post-its og sætter dem i en række ovenover pladen, som en del af 'Simones landskab', under overskriften 'Veje Frem'⁶.

C: - "Hvis jeg var en flue som svævede heroppe (holder hånden ovenover pladen), hvad ville jeg så ikke kunne undgå at lægge mærke til fra Jeres sidste møde?"

Simone: - "Ja, det er et godt spørgsmål!" (hun tænker længe), så ryster hun på hovedet og udbryder:

- "Jeg står jo overfor en flok løver!"

Hun reflekterer fascineret over denne indsigt, og vender så tilbage til scenariet igen:

- "Det går pludselig op for mig, at de har jo også tvivl og indbyrdes konkurrence!"

Nu begynder Simone selv at interagere med Coaching KIT'et. Hun tegner pile ind mellem ekspert-dukke for at tydeliggøre deres delvist uharmoniske indbyrdes relationer, og hun sætter også en blå ekspert-dukke ind for at illustrerer deres indbyrdes forskellighed. Noget går op for hende:

- "Det er derfor de skal vise sig, når de er sammen!"

Hun udbryder lettet:

- "Det her handler jo ikke kun om mig!"

Efter lidt refleksion over denne nye indsigt, spørger coachen om samtalen skal gå videre med flere ideer til 'veje frem', eller om der er noget andet som er vigtigt for Simone at tale om først?

Så tager Simone den grønne Simone-dukke, løfter den, bevæger den op og ned så den vakler usikkert i luften.

- "Jeg vil gerne blive bedre til at stå fast i stormvejr, beholde benene på jorden, ikke være så vaklende ..."

Resten af tiden arbejdes der med det tema, ved hjælp af en ny hvid skumplade (se scenarie 2) som vi sætter op ved siden af den første.

Analyse af scenarie 1 Hvad muliggør Coaching KIT'et i samtalen?

En samtidighed af ydre og indre relationer

I scenarie 1, "Simone og Eksperterne" arbejder vi, via coaching KIT'et både med Simones refleksioner over eksperternes indbyrdes relationer og med 'relationernes relation'; altså Simones relation til deres indbyrdes relationer. Samtidigt opstår et fokus på Simones indre relation til "tvivlen", som vi tager op i næste analyse (analyse af scenarie 2).

Samtidig med at hun fysisk/ visuelt kan se sine egne intentioner og værdier nedskrevet foran sig, kan hun høre sig selv sige højt og reflektivt erkende – at hun fysisk/visuelt kan se –, at ekspertgruppen ikke kan se dem. Samtidig med det talte ord, tilføjer materialet en synliggørelse af de ydre relationer og deres unikke udkigspost. Denne synliggørelse muliggør nye indsigter for Simone i forholdet mellem Simones egen adfærd (den lidt bestemte 'skarpe' optræden overfor eksperterne), og hendes intention (at hun er 'stolt over projektet' og 'vil alle det godt'). Coaching KIT'et hjælper her til – i fysisk og reflektiv form – at skabe læring ved at synliggøre diskrepansen mellem intention og adfærd. Yderligere virker materialet som et synligt tilstedeværen-

de "skelet" for at skabe cirkulære hypoteser og interventioner i klassisk systemisk forstand, hvor *en cirkulær hypotese er ikke blot en beskrivelse af noget – en hændelse eller en adfærd – som sker på grund af en påvirkning. Men derimod en hypotese, som også indeholder en beskrivelse af, hvordan denne adfærd påvirker tilbage. Altså en beskrivelse af relationer mellem adfærd og ikke af adfærden i sig selv* (Jacob Mosgaard s. 10 i 'Uærbødighed og Fordomme', Cechin, Lane & Ray, 2012).

Dette skaber en arbejds-kontekst,⁷ hvor Simone konkret kan skabe nye blikke på situationen og udvikle nye 'veje frem', i en form, som er indholds-mæssig alvorlig og samtidig formmæssig legende.

De "nye veje" opstår af sig selv, idet vi arbejder videre med Simones ønske om "ikke at være så vaklende". Det udvikler sig via Coaching KIT'et som en eksternaliserende (White & Epston 1989, White 2000) samtale om Simones indre kampe med "tvivlen" og "selvtilliden" – samt hvilken relation hun vil have til disse.

Scenarie 2. Simone og 'Tvivlen'

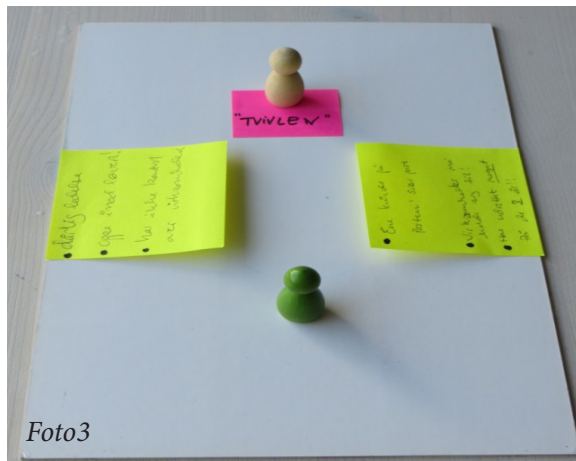


Foto3

C: - *Hvad er det, som gør dig vaklende?*

Simone svarer med tårer i øjnene:

- *"Jeg er jo i tvivl om, at det jeg gør, er godt nok."*

C: - *"Og hvis vi nu, på denne her nye plade, skulle tage en figur som er den stemme som siger, at du ikke gør det godt nok, hvad skulle den så hedde?"*

C: (tænker) - *Jamen den skulle simpelthen hedde 'Tvivlen'."*

Simone vælger en lys dukke-figur som vi på den nye plade sætter en lille post-it på med navnet

'Tvivlen' (Se foto 3). Efter at tvivlen er navngivet på baggrund af dens effekter (vaklen) på Simone, går vi i gang med at udforske undtagelser (White og Epston 1989, White 2000).

C: - *"Er der nogen gange hvor du føler, at du ikke har vaklet? Hvor du føler at du har stået solidt, f.eks. overfor ekspertgruppen?"*

Simone: - *"Ja, når jeg har dem på to-mandshånd, så er de meget rare og menneskelige. Det er bare sådan at de ophidser hinanden, når de er i flok. De er værst, når de står sammen!"*

Hun tænker lidt, får en ide:

- *"Jeg vil simpelthen sige til dem, at de er meget hårde når de optræder i flok. Det kan jeg godt fortælle dem."*

Coachen skriver ideen ned og samtalen vender tilbage til 'Tvivlen'. Vi vælger en grøn figur som er Simones jordbundne og fornuftige jeg.

C: - *"Og når tvivlen nu kommer og siger til dig, at du ikke har gjort det godt nok. Hvad kan du så sige til den?"*

Simone lister en længere mængde omstændigheder op som opsummerer mange af de indsigter, hun har gjort sig under samtalen. Hun nævner disse tre som de vigtigste:

- *"Jeg kan sige til Tvivlen, at jeg er oppe i mod en flok løver! Ene kvinde!"*

Jeg kan sige til den, at jeg har haft meget dårlig ledelse⁸ og jeg kan sige til den, at det IKKE er mit ansvar alene, at nogle virksomheder ikke har fået noget ud af projektet. Jeg har ikke kontrol over alt, og de har ikke holdt sig til i starten."

Efter lidt tid, runder vi af med spørgsmålet:

- *"Hvad er det vigtigste du tager med mig dig herfra?"*

Simone: - *"Det er rigtig vigtigt med min egen dialog med tvivlen! Det er også meget vigtigt jeg får tydeliggjort min intention overfor eksperterne. Det har været godt for mig at se, at min intention faktisk er 'den store samvittighed', og endelig er det virkelig godt for mig at blive klar over, hvor meget jeg faktisk har lært af det her projekt, og hvor meget jeg egentlig kan. Faktisk GLÆDER jeg mig (!) til at komme i gang med noget nyt nu, og med at skulle netværke."*

Hun er tydeligt lettet, og forlader samtalen opløst og med fornyet gå-på-mod.

Analyse af scenarie 2

Hvad muliggør Coaching KIT'et i samtalen?

Samtidig af ydre og indre relationer fortsat



(foto 4)

I scenarie 2: "Simone og Tvivlen", forstærkes muligheden for at arbejde med en *samtidig af indre og ydre relationer*. Her synes materialerne at være særligt hjælpsomme til at indbyde til eksternaliserende samtaler. Simone tager fat i den grønne dukke, som er 'hende selv' og løfter den vaklende op i luften, imens hun udtrykker sit ønske om ikke at vakle og at stå stærkt. I det videre arbejde i Scenarie 2, er dette 'selv' sprogliggjort og bragt i relation til det, som Simone nu kalder sit 'jordbundne fornuftige jeg', sin 'tvivl' og hende "selv". Det 'jeg' der i samtalen er bragt i relation til de nu eksternaliserede "jeger", er i gang med at forholde sig til og positionere sig i forhold til de andre eksternaliserede "jeger". Ved at have både scenarie 1 og 2 synlige på bordet samtidig, bliver det muligt, med en særlig lethed at forholde os til både den ydre og den indre situation, både Simones dialog med eksperterne og hendes indre dialog med 'Tvivlen' (se foto 4).

Samtidigheden synes at fostre et kreativt potentiale på ide-fronten: når Simone arbejder med 'hvad hun indad til kan sige til tvivlen', får hun ideer til hvad hun, ud ad til, kan sige til eksperterne. Det er nemlig i visse tilfælde det samme. Dialogen får karakter af dobbeltdialog, hvor dialogen med problematiske sproglige positioneringer af hende selv (Tvivlen) føder konstruktivt ind i dialogen med 'problematiske' mennesker i hendes omgivelser. En vigtig konklusion i forhold til Coaching

KIT'et synes altså at være, at materialerne, med deres fysiske placering på bordet foran og under fokuspersonens blik, tilbyder fokuspersonen en samtidig af fysiske (auditivt, visuelt), legemliggjorte (kinæstetisk, håndgribelige) og reflektive læringsmuligheder. I Simones tilfælde opstår dette i en samtidig af den indre og den ydre situation. Og i tilfældet Simone, synes vi at kunne konkludere, at metoden bidrager til at løse de problematiske sproglige positioneringer, og derigennem repositionere Simone, som en person der er i stand til selv at finde løsninger på problemerne. Altså en position præget af "agency" (White 2006, 2008).

Endvidere bliver det tydeligt, hvordan designmaterialer kan flyttes, røres ved, om-arrangeres, kikkedes på og tænkes over i højere grad end tegninger og forskellige former for visuelle stilladser kan⁹. På måder, som spiller godt sammen med samtaler af høj kompleksitet, som søger kreative løsninger på fastlåste problemer.

3D coaching og Dobbelt kontingens

Mange problemstillinger som behandles i coaching samtaler, indebærer en samtidig af ydre og indre omstændigheder. De systemiske og narrative tilgange lægger på forskellig vis op til at udvide konteksten for forståelsen af problemer, ved at interessere sig for sociale mønstre og kulturelle tilstande, såvel som for menneskers indre "landska-

ber" i form af narrative formationer, meningsdannelser, intentioner, håb og værdier – og samspillet imellem dem (White & Epston 1989, White 2000). På det meta-teoretiske niveau kan det systemiske projekt endvidere forstås som erkendelsesfilosofisk nedbrydning af vores normale skelnen mellem 'det indre og det ydre'. Der findes ikke en egentlig uafhængigt eksisterende ydre verden, som vi opfatter og begår os i (Maturana/Valera 1987, Bateson 1972). I socialpsykologiske termer finder der derimod en bestandig 'verdens-skabelse' sted imellem os (Gergen 1985, 1991). Det er denne bestandige 'verdens-skabelse' og dens samtidige produktion af 'noget indre' og 'noget ydre' – som på en og samme tid er begrænsende og mulighedsskabende (Stacey 2001) – som Coaching KIT'et synes at kunne medvirke til at gøre synligt, håndgribeligt og handlingsorienteret, ved at iscenesætte mødet mellem det indre, refleksive, sproglige, "luftige" og det ydre, legemliggjorte, fysisk/visuelle, rør- og flytbare. Vi har valgt at kalde denne særlige kontekst for coaching samtalen for **3D coaching** (i modsætning til 2D coaching) og er kommet til at forstå Coaching KIT'ets læringsbefordrende potentiale med begrebet **dobbelt kontingens**¹⁰.

Med dobbelt kontingens forstår vi den mangedobbelthed af mulige modale indgange til læring og forandring, som fokuspersonen tilbydes i kraft af samtidigheden af tale- og tankemæssige, visuelle, auditive, kinæstetiske, rumlige og refleksive koblingspunkter. Disse tilbydes som mulige "baner" eller "stier" for erkendelsens bevægelse, som fokuspersonen kan gribe til, alt efter hvilken retning, tempo og stemning der opstår. Ligeledes kan coachen løbende gøre sig strategiske overvejelser over, hvad coachen med fordel kan bringe i spil med blik for fokuspersonens fortsatte bevægelse (Tomm 1992a og b).

Dobbelt-eksternalisering en begrebsmæssig redefinering

Anvendelsen af Coaching KIT'et i narrative samtaler har bidraget til en udvidelse af begrebet 'dobbelt-eksternalisering'. I den oprindelige narrative litteratur (White 1989, 2008) forstås dobbelt-eksternalisering som den eksternaliserende om flere temaer, som f. eks. "tvivlen" og "det jordbundne jeg". Altså en eksternalisering af flere samtidige temaer, som fokuspersonen udforsker og positionerer sig i forhold til. Gennem arbejdet med Coaching KIT'et forstår vi nu denne ovenfor beskrevne samtaleform,

mere som multiple eksternaliseringer, end egentlige dobbelt-eksternaliseringer. Dette skyldes, at den oprindelige dobbelt-eksternaliserende samtale har netop *samtalen*, og den deri givne *refleksive* distance til de eksternaliserede temaer, som den centrale læringsmodus.

Den canadiske terapeut, Art Fischer, forstår på sine workshops (København 2007; Montreal 2010) dobbelt-eksternalisering som brug af delvis dokumenterende og delvis faciliterende visuelle stilladser. Art Fischer gør i sit arbejde eksternaliseringerne en tand mere "håndgribelige", idet han tegner en samtalskabelon. Denne tegnes som et kvadrat inddelt i fire felter, som i grove træk følger trinene i Positionskortet¹¹:

1. Navngivning af problemet,
2. Udforskning af problemets effekter,
3. Evaluering af problemets effekter og
4. Begrundelse af evaluering af problemet effekter.¹²

I kvadraten – som delvis guider samtalsens struktur – skriver Art Fischer klientens egne ord ned, hvorved den eksternaliserende samtale om f.eks. "volden" og dens effekter eksternaliseres yderligere i og med den modale multiplicering der indtræder i transformationen fra mundtlighed til skriftlighed. Klienten kan således se sine egne ord skrevet ned, hvorved der opstår en dobbelt-eksternalisering i to modi; sproglig (auditiv og syntaktisk) og skriftlig (visuel). En praksis som også anvendes med stor effekt af mange både narrative såvel som ikke narrative coaches og terapeuter i Danmark.

Vi foreslår, at reservere begrebet 'dobbelt-eksternalisering' til denne, og i særlig grad den praksis som Coaching KIT'et indstifter, idet de eksternaliserede temaer (som vi begrebsliggør som 'multiple eksternaliseringer') både navngives sprogligt (syntaktisk), og skriftligt (på post it) og yderligere ved at få sin egen flytbare "krop" (håndgribelig) og fysiske plads i rummet (rumligt). Denne manifesterede adskillelse af person og problem bidrager til at gøre samtalen om problemer til et frugtbart – og skyldsfrit – udgangspunkt for udvikling og læring, i en samtidig anerkendelse af at problemer spiller en rolle i menneskers liv. I samtidigheden af disse forskellige modi, opstår den dobbelt kontingens – overskuddet af mulige indgange til problemløsningen, som i Simones tilfælde synes at bidrage til øget erkendelse af situationen. Hvor sproget er lineært organiseret (man kan kun sige én ting af gangen), forholder det

sig oplevelsesmæssigt anderledes med både syn og følesans – man kan sagtens både *se og føle* flere ting samtidig – samtidig med at man taler sine tanker og refleksioner i retning af nye erkendelser af selv og andre.

Materialerne synes, som sproget, at have performativ kraft. Ligesom sproget ikke kun er et instrument som udtrykker eller repræsenterer virkeligheden, men også er noget som aktivt medskaber denne

(Wittgenstein, 1991), således er også disse simple materialer et sprog. Med figurerne, de enkle tegninger, post-it lapperne i deres forskellige farvekoder er materialerne med til – ikke at 'opføre' en bagvedliggende virkelighed – men også at skabe en virkelighed. Materialerne *gør* noget, sammen med sproget. De har performativ kraft, som i Simones tilfælde bidrog til at bryde en fastlåst virkelighed med tilhørende positioneringer, samtidig med at scenarierne, vinklerne, perspektiverne, farverne, ordene, tegninger og stregerne bidrog til at Simone med krop og stemme kunne give virkeligheden et alternativt udtryk.

En legende tilgang til alvorlige problemer

Coaching KIT'et fremhæver det improviserende, legende og skabende hos den systemisk/narrative coach (Epston et al. 1997; White 2006). I tråd hermed synes Coaching KIT'et at kunne tilbyde elementer i viften af forhåndenværende tankeværktøjer og byggematerialer, som med fordel kan bringes i spil i den kreative, samskabende og improviserede coachingsamtale.

Det fordrer en konstant opmærksomhed og fornyet aktualitet af det systemiske princip om uærbødighed. Analogt til den systemiske coach's uærbødighed overfor egne hypoteser, tjener uærbødighed overfor selvfremskillede coaching materialer til den kontinuerlige refleksion over, hvordan coachen kan bruge materialerne i den tilpasse forstyrrelses tjeneste. Tilsvarende bliver det i narrativ terminologi vigtigt at fastholde blikket for, hvad der centrerer ved at bringe materialerne i spil. Altså hvornår og hvordan kan materialerne bidrage til at centrere fokuspersonens narrativer og finde vej i disse, ud fra hvad der er mest brugbart for fokuspersonen i samtalen, forankret i dennes narrativ, og med fokuspersonen som primær ekspert her på. Både hypoteser og materialer kan, hvis de anvendes ureflektet, vise sig uegnede for skabelsen af bevægel-

se og brugbar meningsdannelse for fokuspersonen (Tomm, 1992).

Vi vil afslutte artiklen med at citere en anden fokusperson som blev coachet med Coaching KITet. Hun sagde efterfølgende om materialerne:

"Det hjælper mig med at tænke, med at skille tingene ad, med at konkretisere det..."

"Dukke-figurerne bliver en slags teltplokker, fikspunkter ... dukkerne fikserer dét der elastiske spind som ens tanker nogen gange kan være ... det gør alting mere overskueligt"

Med denne fokuspersons ord, vil vi invitere andre til at lege med. Til selv at eksperimentere med 3D coaching teknikker og skabe *håndgribelige samtaler*, eller til at dele erfaringer og refleksioner man allerede måtte have indenfor dette, i vore øjne, mulighedsfulde og frugtbare felt.

Kontakt



Trine Paludan
3D Coaching
Borgmester Fischers vej 5E
2000 Frederiksberg
trine.paludan@live.dk



Niels-Henrik Sørensen
Erhvervspsykologerne
nhsrensen@gmail.com

Litteratur

- Bateson, G. (1972). *Steps to an Ecology of Mind*. Chicago, University of Chicago Press.
- Berg/Szabo (2007). *Løsningsfokuseret Coaching*. København, Hans Reitzels Forlag.
- Binder, T. (2010). Beyond methods, I Halse, Binder, Clark and Brandt, *Rehearsing the Future* (Eds.) København, The Danish Design School Press.
- Binder, T, Malmberg, Lowgren. J. (Eds.) (2008). *(Re-)searching the digital Bauhaus*, Springer.
- Checchin, Lane og Ray (2012). *Uærbødighed og fordomme*; København; Forlaget Mindspace.
- Epston, Freeman & Lobovits (1997). *Playful Approaches to Serious Problems: Narrative Therapy with Children and their Families*. London, Norton, NY & london.
- Foverskov, M, Dam, K. (2010). The evocative sketch i Halse, Binder, Clark and Brandt (Eds.), *Rehearsing the Future* (Eds.) København, The Danish Design School Press.
- Gergen, K. (1985). *The social construction of the person*. New York, Springer-Verlag.
- Gergen, K. (1991). *The saturated self, Dilemmas of identity in contemporary life*. New York, Basic Books.
- Halse, J. (Eds.) (2010). Manifesto. Introduction i *Rehearsing the Future*, København, The Danish Design School Press.
- Maturana, H. & Varela, F. (1987). *Kundskabens Træ*. København.
- Sørensen, N.H. (2008). 'Narrativ Coaching' i *Coaching i Perspektiv – en grundbog*. Prehn, A (Eds.), København, Reitzels Forlag.
- Tomm, K. (1992a). *Interviewet som intervention. Refleksiv udspørgen som middel til at fremme selv-helbredelse*. Tidsskriftet Forum, nr. 3.
- Tomm, K. (1992b). *Interviewet som intervention. Planlægning som en fjerde retning for terapeuten*. Tidsskriftet Forum, nr. 3.
- Stacey, R. (2001). *Complex Responsive processes in organizations: learning and knowledge creation*, London, Routledge.
- White, M. & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. USA, Norton, NY.
- White, M. (2006). *Narrative Therapy with Children and their Families*. Australia, Dulwich centre Publications, Adelaide, Australia.
- White, Michael (2008). *Kort over narrative landskaber*. København, Hans Reitzels Forlag.
- Whittgenstein, L. (1991). *Kultur og værdi. Spredte bemærkninger*. København, Modtryk.

Ziehe, T. (2004). *Øer af intensitet i et hav af rutine nye tekster om ungdom, skole og kultur*. København, Forlaget Politisk Revy.

Noter

- 1 Wikipedia: <http://en.wikipedia.org/wiki/Kit>, 23 marts 2014
- 2 Michael White arbejder selv i den retning, idet han beder en dreng diagnosticeret med ADHD om at tegne sin ADHD, altså en visuel eksternalisering af 'problemet' foretaget af drengen selv (White 2007, kap. 1).
- 3 Skumplader bruges ofte i co-design processer, bl.a. fordi man kan tegne med tuscher på deres overflader og nemt tørre dem helt rene igen.
- 4 For en grundig indføring i forskningen omkring materialers betydning i co-design processer, se Mette Agger Eriksens ph.d. afhandling 'Material matters in co-design' 2012.
- 5 Navnet er opdigtet af hensyn til fokuspersonens anonymitet.
- 6 Generelt generer Simone løbende indsigter og nye ideer under hele coaching samtalen, som løbende samles op på post-it notes og organiserer omkring scenarierne med dukkerne.
- 7 Vi vælger bevidst ordet "arbejds-kontekst" frem for "samtale-kontekst" her, da vi netop ikke kun taler, men samtidig arbejder visuelt og taktilt med tankestoffet "tvivlen" via Coaching Kitet.
- 8 Vi har også været omkring hendes egen leder i regionen, som igen og igen har 'fodret Tvivlen' ved at 'over-rule' Simones beslutninger, og behandle hende ydmygende overfor ekspertgruppen, som én der ikke helt var opgaven voksen.
- 9 'Visuelle stilladser' er et fælles udtryk anvendt indenfor coachingfeltet for tegninger og fortrykte formater (som fx skemaer, forandringshjul, diverse modeller som fx 5F-modellen) som kan anvendes i coachingsamtaler.
- 10 Vi er her løst inspireret af Thomas Ziehes italesættelse af dobbelt kontingens. Ziehe analyserer sig frem til, at det moderne samfunds individ er mere refleksivt end i tidligere historiske epoker, fordi der har åbnet sig flere muligheder, som individet må forstå, tyde, adskille og realisere eller lade ligge. Dette rummer ifølge Ziehe store og positive muligheder, hvis vi blot lærer at udnytte vores viden refleksivt til reduktion af omverdens kompleksitet. Et tilbageværende spørgsmål er, tænker vi, om det moderne individs opgave er at reducere kompleksiteten, eller at lære at være i, udholde og udnytte mulighederne i at være i kompleksiteten,

som en del af det at træde i karakter som menneske (Ziehe 2004).

- 11 Art Fischer betoner tilføjelsen af personens responser til trin 2 (effekter) i samtalen ud fra positionskort 1, for at undgå at klienten gøres til offer for effekter, men derimod får øje på den vigtige narrative pointe,

at der altid er ufortalte responser på problemer, som kan danne grundlag for nye forståelser af problemer, selv og relationer.

- 12 For en uddybelse af Positions-kort 1 og eksternaliserende samtalers bidrag til coaching generelt, se Niels-Henrik Sørensen "Narrativ Coaching" (Prehn, 2008).